



[Téléchargez la fiche PDF](#)

UN VÉRITABLE PIQUE-NIQUE EN NATURE



Envie de fraîcheur, de verdure et de gourmandise? Profitez des beaux jours pour organiser un véritable pique-nique traditionnel en pleine nature. L'occasion de passer un bon moment en famille, que ce soit dans votre jardin, à la montagne, à la mer, en campagne, en forêt ou dans un parc.

Être au contact de la nature, profiter du soleil, du calme, c'est ce que nous recherchons tous, loin des tracas quotidiens. Le pique-nique, c'est vraiment chic, et nous avons tout prévu pour vous !



La note du Roitelet :

N'oubliez pas de vérifier la météo avant d'organiser votre pique-nique, et prévoyez toujours un parasol avec vous. Il vous protégera du soleil... Et sera également bien utile en cas de pluie !

ETAPE 1 - QU'EST-CE QUE JE METS DANS MON PANIER ?

Ce n'est pas parce que l'on pique-nique que l'on doit lésiner sur la décoration et les animations, bien au contraire. Il suffit de quelques idées astucieuses pour transformer votre pique-nique en un moment exceptionnel pour les grands et les petits.

Les enfants sont très vite excités à l'annonce d'un pique-nique, et ne tiennent plus en place. Proposez-leur de participer à l'organisation de votre journée nature. Ils seront fiers de s'impliquer, et profiteront d'autant plus du moment.

Sortez un grand panier en osier. Ce sera votre panier à trésors. Demandez aux enfants de faire une liste des choses indispensables pour un pique-nique et de vous aider à remplir ce panier. Aidez-les en leur donnant des indices. Aider sa maman devient un jeu d'enfant !

Sur la liste : une grande nappe à carreaux et des serviettes assorties, un plaid pour la sieste d'après-manger, de la crème solaire, des chapeaux, un brumisateur, un appareil photo, un jeu de cartes, un ballon, des jeux de société, de la lecture... Et si vous pique-niquez au bord de l'eau, pensez à glisser un produit anti-moustiques dans le panier.

L'astuce du Roitelet :

Un pique-nique oui, mais écolo ! Tout le monde le sait, la vaisselle en plastique jetable est néfaste pour l'environnement. Optez plutôt pour les couverts que vous utilisez au quotidien, et pour une vaisselle écologique et biodégradable. Vous préserverez ainsi la nature et ses habitants, notamment les petits roitelets !

N'oubliez pas de prendre un grand sac poubelle pour jeter toutes vos ordures et être sûr de ne laisser aucune trace de votre passage.

ETAPE 2 - PRÉPAREZ VOS PLATS À L'AVANCE

Les enfants aiment bouger et explorer les alentours ! Préparez des plats qu'ils peuvent facilement manger avec les doigts et picorer. Avec cette chaleur, les plats froids sont de mise. Nous vous avons concocté une liste d'inspirations gourmandes à réaliser en famille.

À faire la veille :

- Beignets de plage sans friture pour les plus gourmands
- Cupcakes de brie Le Roitelet et brocoli. Demandez aux enfants de découper des fleurs d'environ 10cm de diamètre dans du papier coloré. Collez-les au bout de pics à brochettes en bois, et plantez-les dans vos cupcakes pour des cakes plus que séduisants !
- Tapenades et sauces diverses
- Cookies (attention au chocolat, ça fond !)

À faire le jour même :

- Amuse bouche au brie Le Roitelet
- Salade italienne au brie Le Roitelet
- Brochettes de brie Le Roitelet et abricots secs, que vous pouvez accompagner d'une salade tomates/mâche par exemple
- Brochettes de fruits frais pour le dessert : fraise/kiwi/orange, nectarine/abricot/pomme,

pastèque/melon

Glissez ces délices dans des boîtes en plastique fermées, et le tout dans un sac isotherme pour la journée.

L'astuce du Roitelet :

Créez un plateau de saison pour le pique-nique ! Prenez de la ficelle ou du rafia avec vous, et envoyez les enfants chercher des branches d'arbres, toutes à peu près du même diamètre. Fabriquez ensuite ensemble un plateau écolo chic tout en bois qui se fond parfaitement dans la nature. Le principe de création est simple, c'est comme un petit radeau de bois, fait de branches attachées les unes aux autres.

ETAPE 3 - DES ACTIVITÉS POUR PROFITER DU GRAND AIR

Profitez de ce moment de détente en famille pour ressortir des jeux qui respirent les vacances et l'innocence. Frisbee, ballon, slackline (ligne tendue entre deux arbres pour jouer les funambules), raquettes, cerf-volant, boules de pétanques, corde à sauter ou jeu de cartes et jeux de société pour les plus calmes.

Pour les petits explorateurs en herbe...

Envoyez les enfants à la chasse aux feuilles, plumes, galets, petites fleurs... Avec ces nouveaux outils, demandez-leur de fabriquer une maison, un bonhomme ou un paysage. Une belle façon de découvrir les merveilles de la nature.

